



«Утверждаю»
 Заведующий ДООУ № 4 «Сказка»
 Е.В. Маркина
 2024г.

Ежедневное меню основного питания ДООУ № 4 «Сказка»
 на 08.02.2024 г.

длительность пребывания в детском саду 12 часов

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)		Энергетическая ценность (ккал.)	
		Возрастная категория: 1-3 года	Возрастная категория: 3-7 лет	Возрастная категория: 1-3 года	Возрастная категория: 3-7 лет
Завтрак	Каша рисовая	150	200	184,16	236,21
	Батон	30	40	48,6	104,8
	Джем	20	20	23,4	23,4
	Кашаю	180	180	111,13	133,36
Итого на завтрак:		380	440	440,29	547,77
2-й завтрак	Бананы	150	150	144	144
Итого на второй завтрак:		150	150	144	144
Обед	Суп мясной	150	200	118,32	153,82
	Картоф. пюре	110	130	106,55	115,9
	Филе морской рыбы	60	70	112,99	131,83
	Чв. томатный	50	50	12	12
	Хлеб рж.	40	50	69,6	87
	Компот из фруктов	180	180	69,45	72,5
	Итого на обед:		590	680	479,91
Полдник	Йогурт	180	180	156,6	156,6
	Сок или творог	50	50	201,4	201,4
Итого на полдник:		230	230	358	358
Ужин	Макароны с сыром	200	200	292	292
	Чай с лимоном	180	180	46,88	56,23
	Итого на ужин:		380	380	338,88
ИТОГО:		1730	1820	1761,08	1981,05